



**PENINGKATAN KERPERCAYAAN DIRI DALAM BERKOMUNIKASI MELALUI
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA
DI SMA NEGERI 1 PECANGAAN TAHUN
PELAJARAN 2018/2019**



**Oleh
DJARIS DIAN FAHRUDIN
2014-31-015**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2018**



**PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI DALAM BERKOMUNIKASI MELALUI
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA
DI SMA NEGERI 1 PECANGAAN TAHUN
PELAJARAN 2018/2019**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Universitas Muria Kudus untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**

**Oleh
DJARIS DIAN FAHRUDIN
2014-31-015**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2018**

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

Percayalah pada diri sendiri! Percayalah pada kemampuan Anda! Tanpa keyakinan wajar namun yang rendah hati, dalam kekuatan Anda, Anda tidak bisa sukses atau bahagia. (Peale: 2011)

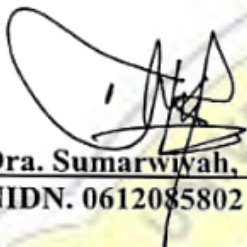
Persembahan:

1. Kedua orang tuaku yang selalu memberikan doa dan dorongan yang bersifat moril maupun materil kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselasaikan.
2. Para dosen dan staf pengajar di lingkungan Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Muria Kudus yang membekali berbagai pengetahuan.
3. Teman dan sahabat yang selalu menyemangati, mendoakanku dan menjadi motivasi bagiku untuk lebih maju.
4. Teman-teman seperjuangan Universitas Muria Kudus

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

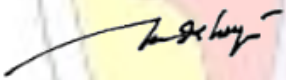
Skripsi dengan judul “Peningkatan Kepercayaan Diri Dalam Berkomunikasi Melalui Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama di Kelas XI MIPA¹ SMA N 1 Pecangaan Tahun Ajaran 2018/2019” oleh Djaris Dian Fahrudin (NIM: 2014-31-015) program studi Bimbingan dan Konseling disetujui untuk diuji.

Kudus, 23 Agustus 2018
Pembimbing I




Dra. Sumarwiyah, M.Pd, Kons.
NIDN. 0612085802

Pembimbing II



Indah Lestari, S.Pd., M.Pd., Kons.
NIDN. 0610118701

Mengetahui,
Ka. Progd Bimbingan dan Konseling

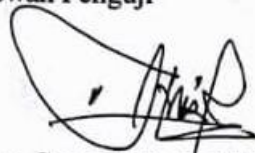


Drs. Arista Kiswantoro, M.Pd.
NIDN. 0611116401

LEMBAR PENGESAHAN


Skripsi oleh Djaris Dian Fahrudin (NIM: 201431015) ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada hari jumat, 31 Agustus 2018 sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling (S1).

Kudus, 3 September 2018
Dewan Penguji




Dra. Sumarwiyah, M.Pd.,Kons
NIDN. 0612085802

, Ketua



Indah Lestari, M.Pd.,Kons
NIDN. 0610118701

, Anggota



Drs. Sunardi, M.Pd.
NIDN. 0005115201

, Anggota



Drs. Masturi, MM.
NIDN. 0614055701

, Anggota

Mengetahui,
Dekan Fakultas keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muria Kudus



Dr. Slamet Utomo, M.Pd
NIDN. 0019126201

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan YME yang telah memberikan rahmatNya, sehingga penyusunan skripsi yang berjudul “Peningkatan Kepercayaan Diri Dalam Berkomunikasi Melalui Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama di Kelas XI MIPA¹ SMA N 1 Pecangaan Tahun Ajaran 2018/2019” dapat diselesaikan. Tujuan penyusunan skripsi ini adalah untuk memenuhi sebagai persyaratan guna mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan. Pada penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, pengarahan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr Slamet Utomo, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang telah memberikan ijin dalam penyusunan proposal skripsi ini.
2. Drs Arista Kiswantoro, M.Pd. Ketua Progam Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Universitas Muria Kudus dalam menentukan judul penelitian.
3. Drs. Sumarwiyah, M.Pd., Kons. Dosen Pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, saran serta dorongan sehingga tersusun proposal skripsi ini.
4. Indah Lestari S.Pd., M.Pd., Kons. Dosen Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, saran serta dorongan sehingga tersusun proposal skripsi ini

5. Bapak dan Ibu Dosen Pengampu Progam Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang membimbing penulis selama kuliah dan memberikan bekal pengetahuan.
6. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah mendorong dan memberikan bantuan sehingga dapat tersusun proposal skripsi ini.

Penulis berharap semoga amal kebaikan Bapak/Ibu mendapat imbalan dari Tuhan Yang Maha Esa. Penulis menyadari dalam skripsi ini, masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat diharapkan.



Kudus, Agustus 2018
Penyusun

Djaris Dian Fahrudin
NIM 2014 31 015

ABSTRACT

Fahrudin, Djaris Dian. 2018. Enhancing Confidence in Communicating Through Guidance Services Group with Sociodrama Technique in students of class XI MIPA1 SMA N 1 Pecangaan Jepara Academic Year 2018/2019. Essay. Guidance and Counseling Study Program. Muria Kudus University. Supervisor: (i) Dra. Sumarwiyah, M.Pd., Kons. (ii) Indah Lestari, M.Pd., Kons.

The objectives of this bimbingan and counseling class action research are as follows: 1. Describe the application of group guidance services to increase confidence in communicating in students of class XI MIPA1 SMA N 1 Pecangaan Jepara Academic Year 2018/2019, 2. Describe the increase in confidence in communicating after application of group guidance services to students of class XI MIPA1 SMA N 1 Pecangaan Jepara Academic Year 2018/2019.

Self-confidence is a person's beliefs and attitudes towards ability in themselves by accepting both positive and negative that are formed and learned through the learning process with the aim of happiness in terms of describing or sharing information through speaking activities. Group guidance is the process of providing information and assistance that has been given by an expert (counselor) to a group of people by utilizing group dynamics to achieve a specific goal.

Sociodrama is a learning method for solving problems related to social phenomena. Research hypothesis: 1. Student confidence increases after getting group guidance services with Sociodrama techniques. 2. Group guidance services with Sociodrama techniques can increase confidence in communication. The type of research used is PTK-BK and is carried out in two stages. Students who are the subject of research at class XI MIPA1 SMA N 1 Pecangaan Jepara 2018/2019 Academic Year who experience problems of confidence in communicating. Data collection methods used are observation and interview. Data analysis used is induction data analysis.

Student confidence in the pre cycle average score of students 13.44 percentages 27% very poor category. In cycle I the average score of students was 26.44 percent of 53% in the sufficient category. In cycle II the average score of 44.44 percentages is 89% very good category. Hypothesis testing: 1. Student confidence increases after getting group guidance services with Sociodrama techniques, and group guidance services with Sociodrama techniques can increase confidence in communication. Received because it has reached the indicator of success.

In this study researchers formed groups of students who had problems related to confidence in communication, by utilizing group dynamics and cohesiveness of group members in discussing issues raised with friends that would make group members have the opportunity to communicate. The

collaborator's observation of the researcher was carried out when the researcher carried out group guidance activities with Sociodrama techniques, the results obtained by the researcher were as follows: cycle I first meeting 32 (SK), second meeting 35 (SK) third meeting 51 (K), cycle II first meeting 56 (C), second meeting 72 (B), third meeting 85 (SB). Based on the research discussion, the suggestions presented by the researcher are as follows: 1. The school principal should give the BK hours to the BK teacher at Pecangaan Jepara High School 1 so that the BK program can be implemented, especially in group guidance services. 2. Teachers of BK should be able to program more group guidance services to establish confidence in communicating students and motivate students to use group guidance services as a place to develop self-understanding and self-potential. 3. Students are always confident of their ability, namely positive attitude, flexibility in communication as a support for socializing with other individuals.

Keywords: Confidence in communication, Guidance Services Groups and Sociodrama



ABSTRAK

Fahrudin, Djaris Dian. 2018. *Peningkatkan Kepercayaan Diri dalam Berkomunikasi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama pada siswa kelas XI MIPA¹ SMA N 1 Pecangaan Jepara Tahun Pelajaran 2018/2019.* Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Universitas Muria Kudus. Dosen Pembimbing: (i) Dra. Sumarwiyah, M.Pd., Kons. (ii) Indah Lestari, M.Pd., Kons.

Tujuan dalam penelitian tindakan kelas bimbingan dan konseling ini sebagai berikut: 1. Mendeskripsikan penerapan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam berkomunikasi pada siswa kelas XI MIPA¹ SMA N 1 Pecangaan Jepara Tahun Pelajaran 2018/2019, 2. Mendeskripsikan peningkatan kepercayaan diri dalam berkomunikasi sesudah penerapan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas XI MIPA¹ SMA N 1 Pecangaan Jepara Tahun Pelajaran 2018/2019.

Percayaan diri merupakan suatu keyakinan dan sikap seseorang terhadap kemampuan pada dirinya sendiri dengan menerima secara apa adanya baik positif maupun negatif yang dibentuk dan dipelajari melalui proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan dirinya dalam hal memaparkan atau berbagi informasi melalui kegiatan berbicara. Bimbingan kelompok itu merupakan proses memberikan informasi dan bantuan yang telah diberikan oleh seorang yang ahli (konselor) pada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

Sosiodrama adalah metode pembelajaran untuk memecahkan masalah-masalah yang berkaitan dengan fenomena sosial. Hipotesis penelitian: 1. Kepercayaan diri siswa meningkat setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik Sosiodrama. 2. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik Sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri dalam berkomunikasi. Jenis penelitian yang digunakan adalah PTK-BK dan dilaksanakan dalam dua tahap. Siswa yang menjadi subjek penelitian kelas XI MIPA¹ SMA N 1 Pecangaan Jepara Tahun Pelajaran 2018/2019 yang mengalami masalah kepercayaan diri dalam berkomunikasi. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan wawancara. Analisis data yang digunakan adalah analisis data induksi.

Kepercayaan diri siswa pada pra siklus skor rata-rata siswa 13,44 persentase 27% kategori sangat kurang. Pada siklus I skor rata-rata siswa 26,44 persentase 53% kategori cukup. Pada siklus II skor rata-rata 44,44 persentase 89% kategori sangat baik. Uji hipotesis: 1. Kepercayaan diri siswa meningkat setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik Sosiodrama, dan Layanan bimbingan kelompok dengan teknik Sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri dalam berkomunikasi. Diterima karena sudah mencapai indikator keberhasilan.

Dalam penelitian ini peneliti membentuk kelompok yang beranggotakan siswa yang memiliki permasalahan yang terkait dengan kepercayaan diri dalam berkomunikasi, dengan memanfaatkan dinamika kelompok dan kekompakan anggota kelompok dalam membahas permasalahan yang diangkat dengan teman yang akan membuat para anggota kelompok memiliki kesempatan dalam berkomunikasi. Hasil observasi kolaborator terhadap peneliti dilaksanakan pada saat peneliti melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik Sosiodrama, hasil yang diperoleh peneliti sebagai berikut: siklus I pertemuan pertama 32 (SK), pertemuan kedua 35 (SK) pertemuan ketiga 51 (K), siklus II pertemuan pertama 56 (C), pertemuan kedua 72 (B), pertemuan ketiga 85 (SB). Berdasarkan pembahasan penelitian, saran yang disampaikan peneliti sebagai berikut: 1. Kepala sekolah hendaknya memberikan jam BK kepada guru BK di SMA N 1 Pecangaan Jepara agar program BK dapat terlaksana, khususnya dalam layanan bimbingan kelompok. 2. Hendaknya Guru BK dapat lebih banyak memprogramkan layanan bimbingan kelompok untuk membentuk kepercayaan diri dalam berkomunikasi siswa dan memotivasi siswa agar memanfaatkan layanan bimbingan kelompok sebagai tempat untuk mengembangkan pemahaman diri dan potensi diri. 3. Siswa selalu yakin akan kemampuan diri yaitu sikap positif, memiliki keluwesan dalam berkomunikasi sebagai penunjang bersosialisasi terhadap individu lain.

Kata Kunci: Kepercayaan diri dalam berkomunikasi, Layanan Bimbingan Kelompok dan Sosiodrama

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN LOGO	ii
HALAMAN JUDUL	iii
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
PRAKATA	vii
ABSTRACT	ix
ABSTRAK.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
BAB I: PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Kegunaan Penelitian.....	6
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	7
1.6 Definisi Operasional.....	7
BAB II: KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS TINDAKAN	
2.1 Kepercayaan Diri dalam Berkomunikasi	10
1. Pengertian Kepercayaan Diri dalam Berkomunikasi	10
2. Faktor yang Mempengaruhi Rasa Percaya Diri	11
3. Ciri Individu yang Memiliki Percaya Diri	14
4. Aspek-Aspek Rasa Percaya Diri	16
5. Aspek Dalam Berkomunikasi	17
6. Jenis-jenis Komunikasi	19
7. Manfaat Komunikasi	28

8. Cara Meningkatkan Diri dalam Komunikasi	29
2.2 Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama	32
1. Pengertian Bimbingan Kelompok	32
2. Tujuan Bimbingan Kelompok.....	33
3. Tahap-tahap Bimbingan Kelompok	34
2.3 Teknik Sosiodrama	35
1. Pengertian Teknik Sosiodrama	35
2. Tujuan Teknik Sosiodrama	36
3. Jenis-Jenis Teknik Sosiodrama	37
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hasil Sosiodrama	39
5. Kelebihan Metode Sosiodrama	40
6. Langkah-Langkah Teknik Sosiodrama.....	42
2.4 Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri	45
2.5 Penelitian yang Relevan	46
2.6 Kerangka Berfikir	50
2.7 Hipotesis Penelitian	51
BAB III: METODE PENELITIAN	
3.1 Setting Penelitian dan Karakteristik Subjek Penelitian.....	52
3.2 Variabel Penelitian	53
3.3 Rancangan Penelitian	54
3.4 Prosedur Penelitian	55
3.5 Pengumpulan Data	60
3.6 Analisis Data.....	70

3.7 Indikator Keberhasilan	71
BAB IV: HASIL PENELITIAN	
4.1 Pra Sikllus.....	73
4.2 Hasil Penelitian Siklus I	76
4.3 Hasil Penelitian Siklus II.....	103
4.4 Uji Hipotesis	131
BAB V: PEMBAHASAN	
5.1 Pembahasan Siklus I	133
5.2 Pembahasan Siklus II	135
5.3 Faktor Penghambat Jalannya Bimbingan Kelompok.....	138
5.4 Usaha Mengatasi Hambatan Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok	139
BAB VI: SIMPULAN DAN SARAN	
6.1 Simpulan.....	140
6.2 Saran.....	141
DAFTAR PUSTAKA.....	142
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	144

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Rincian Waktu Penelitian	52
3.2 Subjek Penelitian.....	56
3.3 Pedoman Observasi Kepercayaan Diri Siswa.....	63
3.4 Pedoman Observasi Kolaborator terhadap Peneliti	63
3.5 Pedoman Wawancara Peneliti terhadap Wali Kelas	68
3.6 Pedoman Wawancara Peneliti terhadap Guru BK.....	69
3.7 Pedoman Wawancara Peneliti terhadap Siswa	69
4.1 Hasil Observasi Pra Siklus	73
4.2 Rekapitulasi Observasi Peneliti terhadap siswa pra siklus.....	74
4.3 Hasil observasi kolaborator terhadap peneliti siklus I	86
4.4 Hasil Observasi BKp Siswa Siklus I.....	91
4.5 Hasil observasi Kepercayaan Diri Siswa Siklus I.....	94
4.6 Rekap observasi kepercayaan diri dalam berkomunikasi siklus I	94
4.7 Rencana Perbaikan	96
4.8 Hasil Observasi Kolaborator terhadap Peneliti Siklus II.....	107
4.9 Hasil Observasi BKp Siswa Siklus II.....	113
4.10 Hasil Observasi Kepercayaan Diri Siswa Siklus II.....	115
4.11 Rekap observasi kepercayaan diri dalam berkomunikasi siklus II	115
4.12 Peningkatan Aktivitas peneliti Siklus I dan Siklus II.....	117
4.13 Peningkatan Aktivitas BKp Siswa Siklus I dan Siklus II.....	119
4.14 Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Siklus I dan Siklus II.....	120

DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
4.1 Kondisi Kepercayaan Diri Siswa Pra Siklus	74
4.2 Aktivitas peneliti dalam BKp Siklus I.....	91
4.3 Aktivitas Siswa dalam BKp Siklus I.....	93
4.4 Observasi Kepercayaan diri dalam berkomunikasi siklus I	95
4.5 Aktivitas peneliti dalam BKp Siklus II	112
4.6 Aktivitas siswa dalam BKp Siklus II	114
4.7 Observasi Kepercayaan diri dalam berkomunikasi Siklus II	117
4.8 Peningkatan Aktivitas peneliti dalam BKp Siklus I dan Siklus II.....	119
4.9 Peningkatan Aktivitas siswa dalam BKp Siklus I dan Siklus II.....	120
4.10 Peningkatan Kepercayaan diri dalam berkomunikasi	122